



تعمیرات کے دوران حادثات سے بچائو

تصویری و تزیینی گائیڈ

مرکز برائے بہتری حالات کار و ماحول، محکمہ محنت و انسانی وسائل، حکومت پنجاب

Accidents Prevention during Construction (Pictorial and Training Guide)

Author: Saeed Ahmed Awan,
MSc Occupational Health (UK) MSc. Chemistry
Tamgha-e-Intiaz, Laureate of Tech Award of Innovation
Director Centre for the Improvement of Working Conditions & Environment
(CIWCE), Lahore Pakistan

Year of Publication: March 2009

© Saeed Ahmed Awan

CONTENTS

	Safety during working at Height	1-7
	Safety Tips during working on scaffolds	7-22
	Safety tips during transportation and storage of materials	23-36
	Safety tips while using the LTV and HTV	37-40
	Safety tips about usage of Hand tools, machinery and chemicals	41-52
	Safety tips during lifting of Heavy Loads	53-56
	Safety tips during explosions	57-58

تعمیرات کے دوران حادثات سے بچاؤ تصویری وتریتی گائیڈ

تصنیف سعید احمد اعوان: ایم ایس سی کیمسٹری (گولڈ میڈلسٹ)، ایم ایس سی آکوپیشنل ہیلتھ (انگلینڈ)
ڈائریکٹر، مرکز برائے بہتری حالات کاروماحول محکمہ صحت حکومت پنجاب، لاہور

معاون جاوید اقبال کابلوں: ایم ایس سی جیالوجی

ناشر

Centre for the Improvement of Working Conditions & Environment
Township, Lahore, Ph: 042-9262145, Fax: 042-9262146
Email: awosh@brain.net.pk

جملہ حقوق بحق ناشر محفوظ ہیں

تاریخ اشاعت:

مارچ 2009ء

کمپوزنگ اینڈ ڈیزائننگ:

افتخار حسین

شاہکار کمپیوٹر سنٹر، 47/G شیخ پلازہ لاہور

042-7539423, 0314-4093423

کارٹونسٹ:

محمد جنید اقبال قریشی

پرستار:

ظفر سنز

شیخ پلازہ، فیروز پور روڈ، لاہور

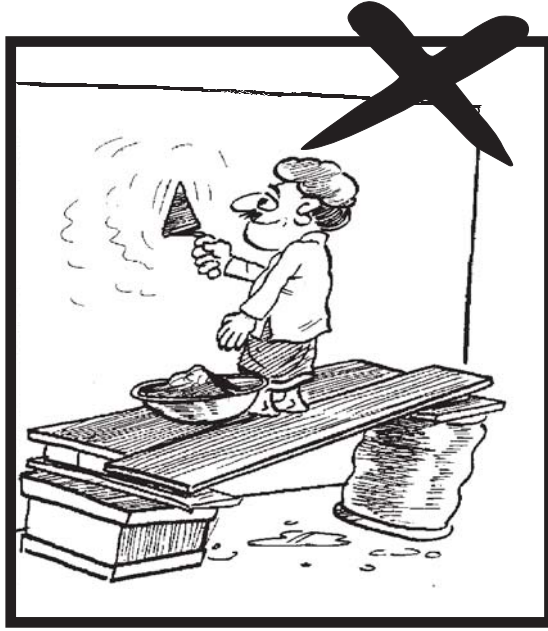
تعارف

تعمیرات کے شعبے کو حادثات کے لحاظ سے خطرناک ترین صنعتوں میں شمار کیا جاتا ہے۔ اس شعبے سے وابستہ افراد کو حادثات کا بہت زیادہ احتمال رہتا ہے۔ پاکستان اور دیگر ترقی پذیر ممالک میں یہ شعبہ مزید پُرخطر ہے چونکہ صنعتی شعبے سے متعلقہ بہت سے قوانین اس شعبے پر لاگو نہیں ہوتے مزید برآں دیگر صنعتوں کی نسبت تعمیرات کے شعبے کے مزدور نسبتاً کم پڑھے لکھے اور اکثر اوقات ناخواندہ ہوتے ہیں۔

اس تربیتی گائیڈ کے ذریعے تعمیرات کے شعبے میں حادثات اور ان سے بچاؤ کے متعلق شعور اجاگر کرنے کی کوشش کی گئی ہے۔ اس میں تعمیرات سے وابستہ عام مزدوروں کو پیش آنے والے ممکنہ خطرات اور ان سے بچاؤ کے طریقے بیان کئے گئے ہیں۔ تمام کتاب خاکوں پر مشتمل ہے جو آسانی سے سمجھے جاسکتے ہیں۔ اور انہیں سمجھنے کے لئے خواندہ ہونا ضروری نہیں ہے لہذا یہ کتاب ان کارکنوں اور سپروائزرز کے لئے خاص طور پر مفید ہے جو تعلیم سے بے بہرہ ہیں یہ کتاب محکمہ محنت پنجاب کے مرکز برائے بہتری، حالات کار و ماحول کی ان کوششوں کا حصہ ہے جن کے تحت یہ ادارہ صنعتوں میں صحت و تحفظ اور ماحول کی بہتری کے لئے شعور پیدا کرنے کی کوشش کر رہا ہے۔

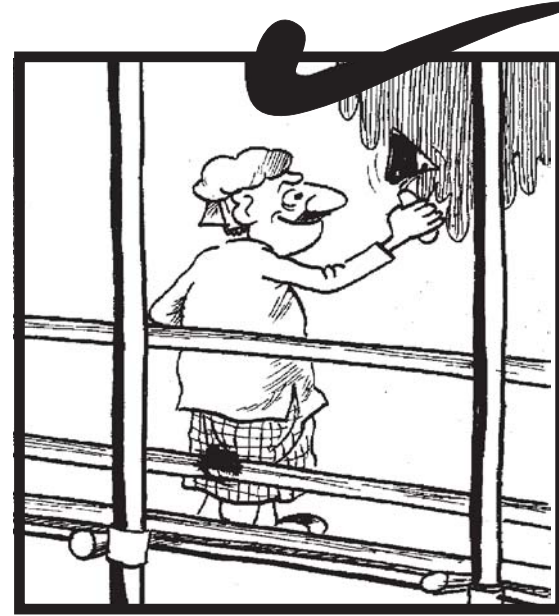
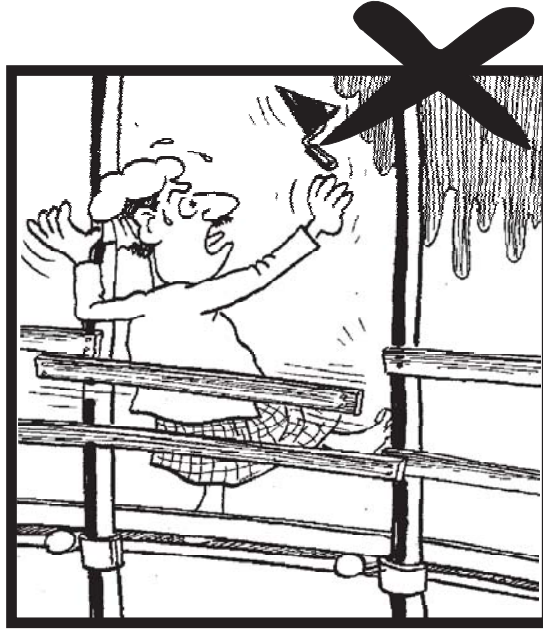
فہرست

صفحہ نمبر	عنوان
6۳1	بلندی پر کام کے دوران احتیاطیں
22۳7	سیڑھیوں کے استعمال کے دوران ضروری احتیاطیں
36۳23	اشیاء اور مادوں کی نقل و حمل اور ذخیرہ کرنے کی ہدایات
40۳37	گاڑیوں کے استعمال کے دوران ضروری احتیاطیں
52۳41	آلات، مشینری اور کیمیکلوں کے استعمال کے دوران ضروری احتیاطیں
56۳53	وزن اٹھانے کے طریقے
58۳57	دھماکوں کے دوران احتیاطیں

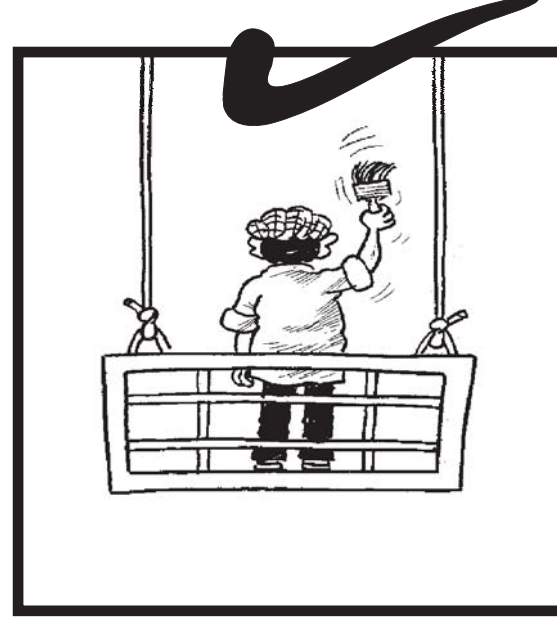
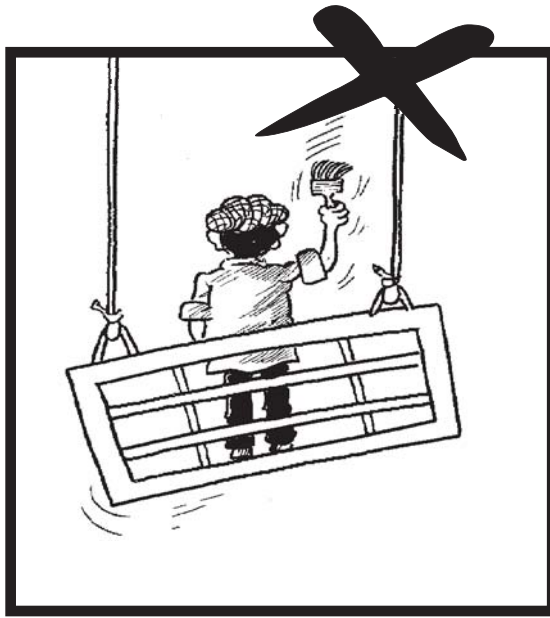


1

غیر متوازن تختوں پر کھڑے ہو کر کام کرنے کی بجائے متوازن سہارے استعمال کریں۔

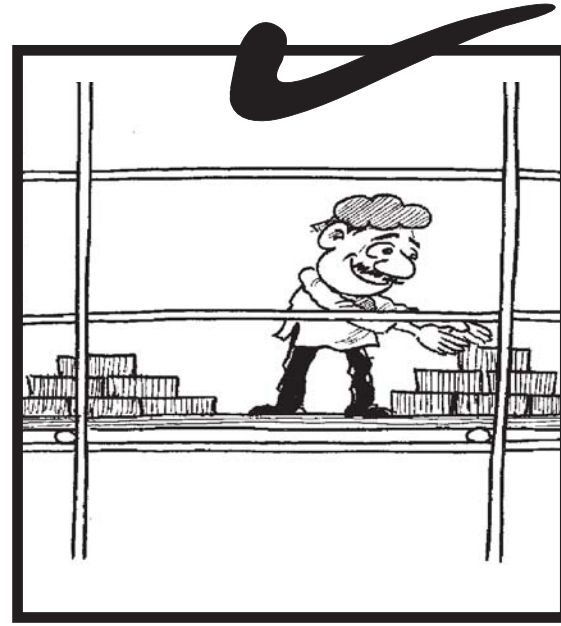
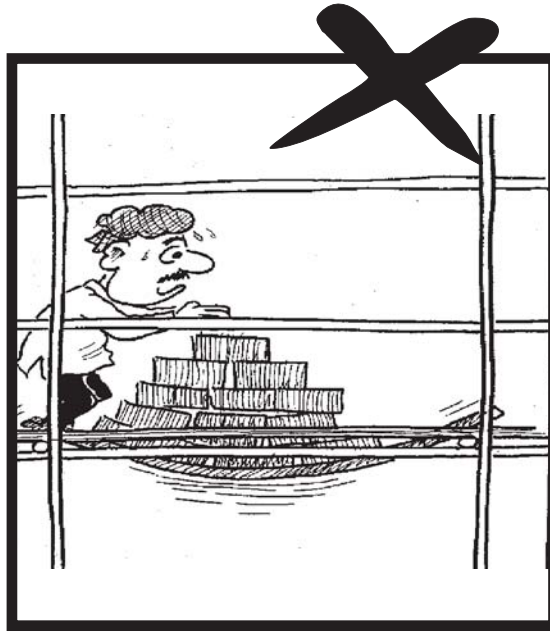


مجانوں پر کام کرتے وقت پیچھے ہٹنے سے پہلے ذہن میں رکھیں کہ پیچھے گہرائی ہو سکتی ہے۔

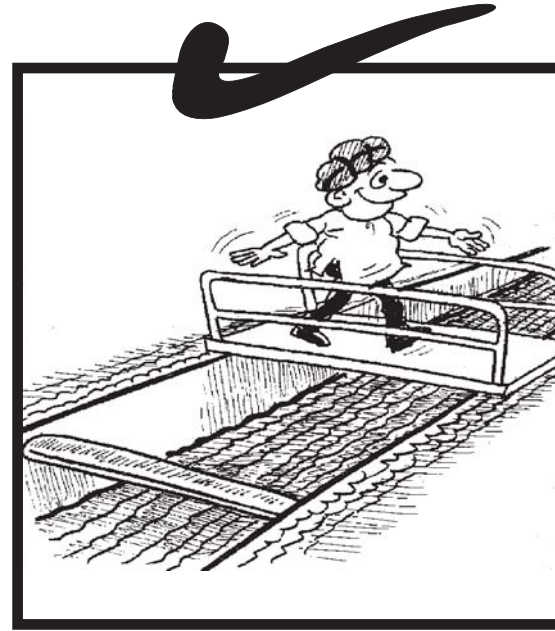
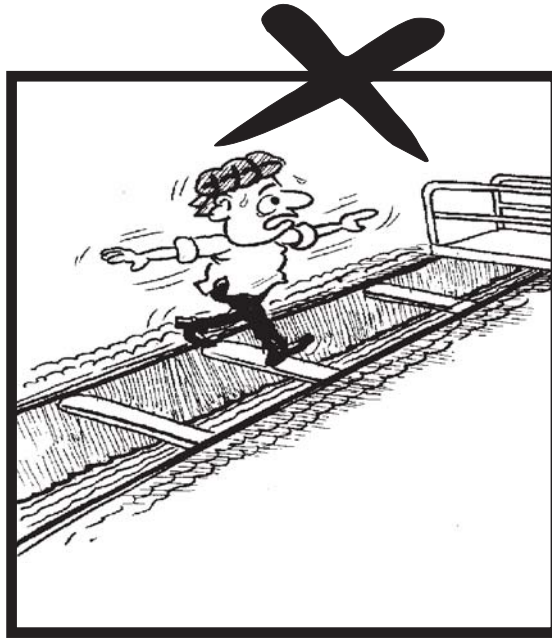


3

معلق چانوں پر کام کرتے وقت توازن کا خیال رکھیں۔

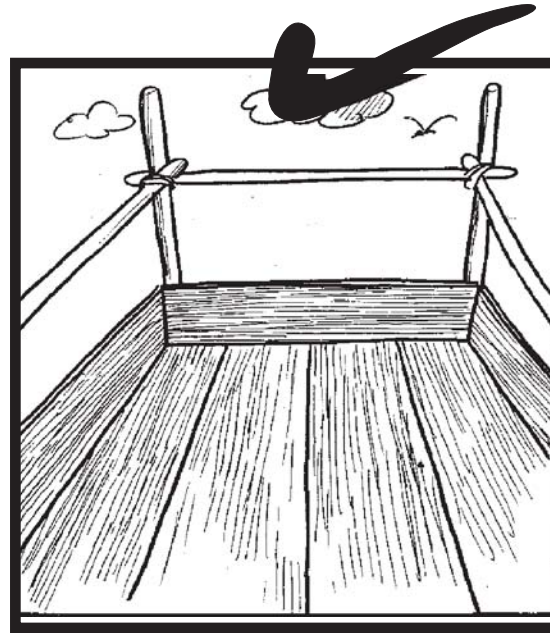
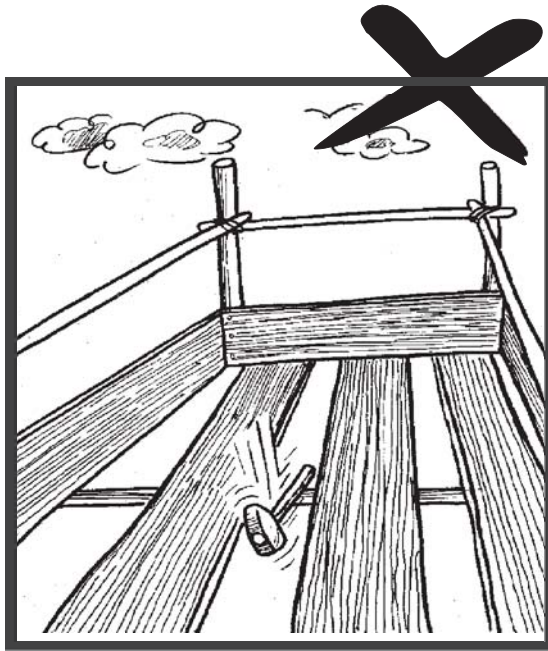


چنانوں پروزن کو متوازن طریقے سے تھوڑا تھوڑا کر کے تقسیم کریں۔ زیادہ وزن چنان کے ٹوٹنے کا سبب بن سکتا ہے۔

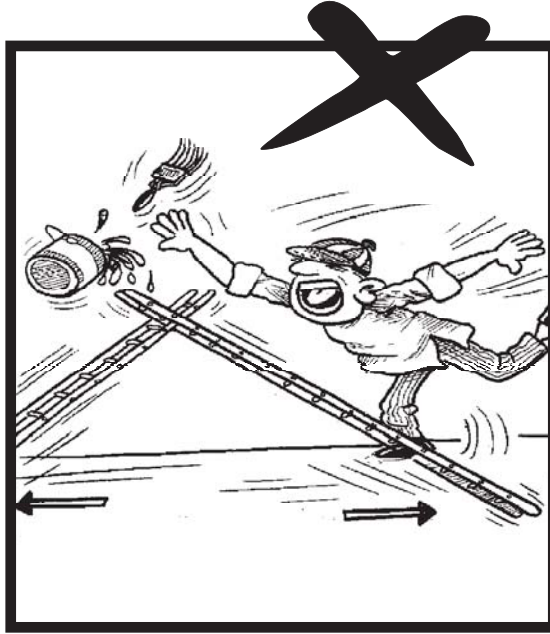


5

گہری جگہوں پر سے گزرنے کے لئے تختوں کی بجائے تنگے والی پلیاں نصب کریں۔



بلند مچانوں کے تختوں کے درمیان خلا نہ چھوڑیں۔



7

ڈبل بیڑھیوں کو استعمال کرتے وقت ان کو آپس میں مضبوطی سے بانڈھ کر رکھیں۔

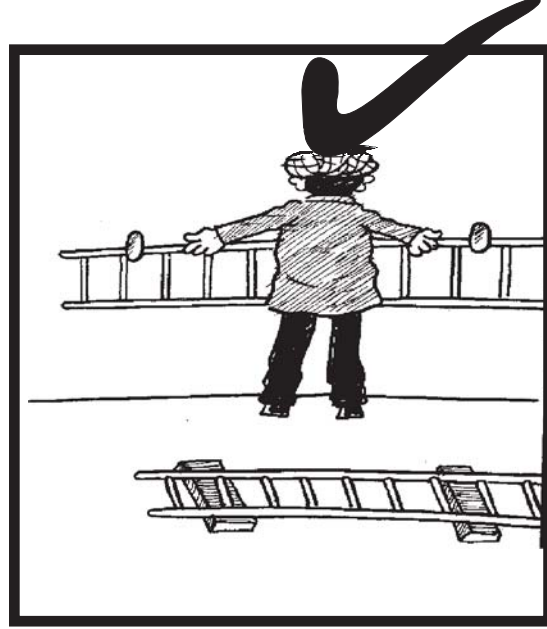


میڑھیوں کی لمبائی مطلوبہ اونچائی سے کم از کم 3 فٹ سے زیادہ ہونی چاہیے۔



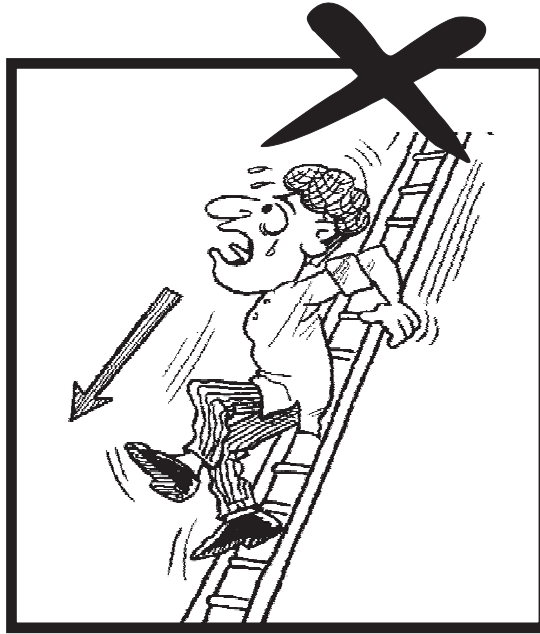
9

بیڑھی پر چڑھ کر دور تک پہنچ کر کام کرنے کی بجائے بیڑھی کو مطلوبہ جگہ پر لے جا کر کام کریں۔



10

کام ختم کرنے کے بعد میڑھیوں کو محفوظ جگہ اور محفوظ طریقے سے ذخیرہ کریں۔



11

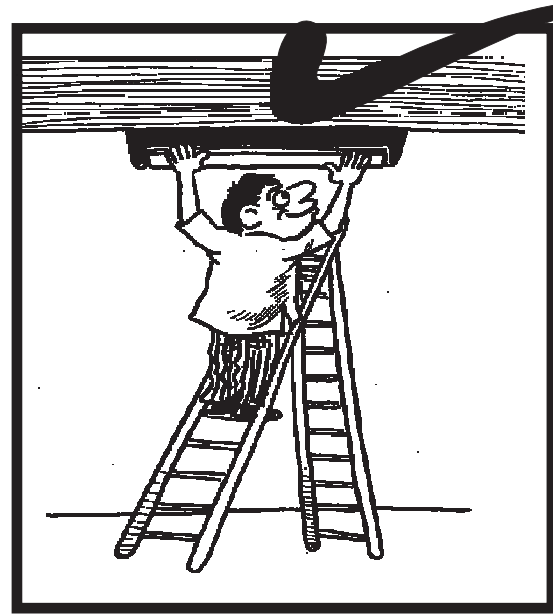
یڑھیوں سے اترتے وقت یڑھی کی طرف منہ رکھیں۔ پیچھے کود دیکھتے ہوئے نہ اتریں۔



سڑھیوں پر وزن یا آلات لے جاتے وقت انہیں ہاتھ میں نہ پکڑیں بلکہ دونوں ہاتھوں کو سڑھی پکڑنے کے لئے استعمال کریں۔



سیڑھی پر بیک وقت صرف ایک آدمی چڑھے۔

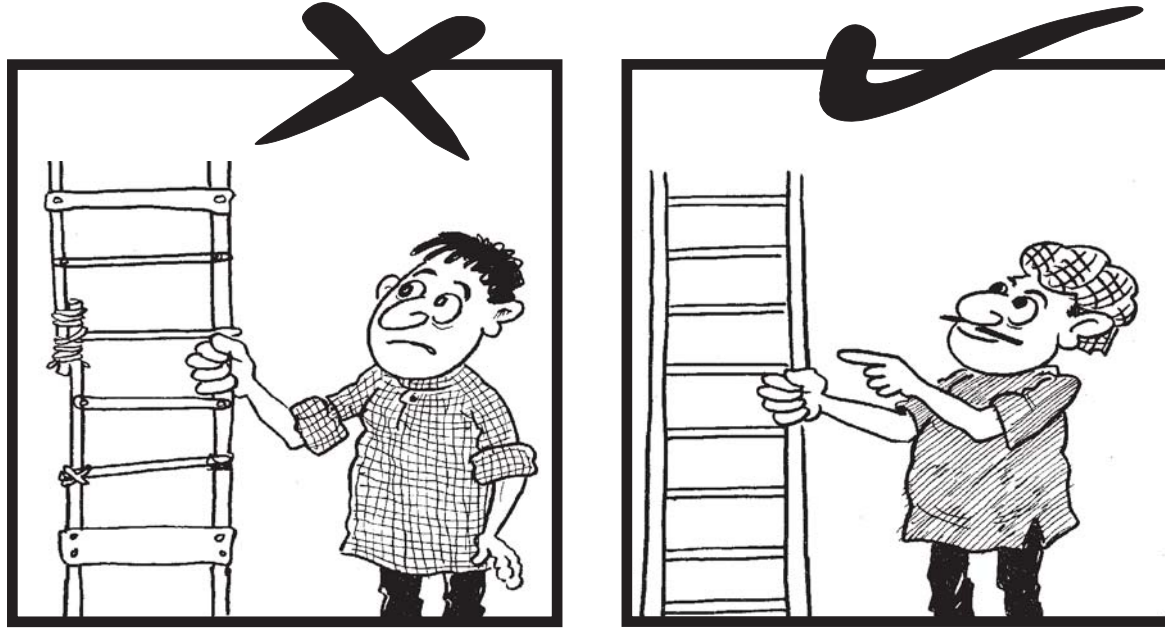


ڈیل (V) بیڑھیوں کے استعمال کے وقت ان کے درمیان کھڑے ہونے کی کوشش نہ کریں۔



15

بیڑھیوں پر کڑے ہو کر کام کرتے وقت کام پر پوری توجہ دیں۔



ٹوٹے پھوٹے اور ناقص ڈنڈوں اور فریموں والی سیڑھیاں استعمال نہ کریں۔



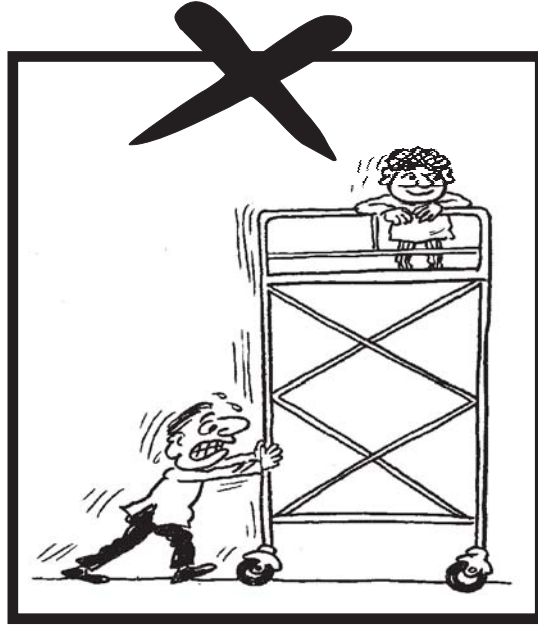
17

بھاری بیڑھیوں کو لگانے وقت ایک سے زیادہ افراد کی مدد حاصل کریں۔

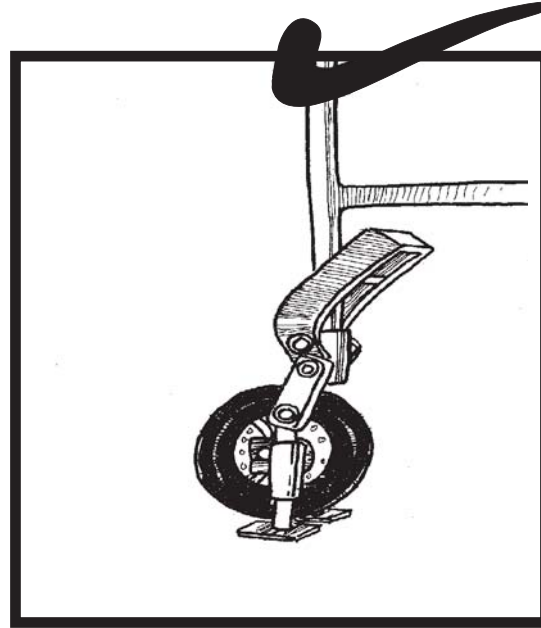
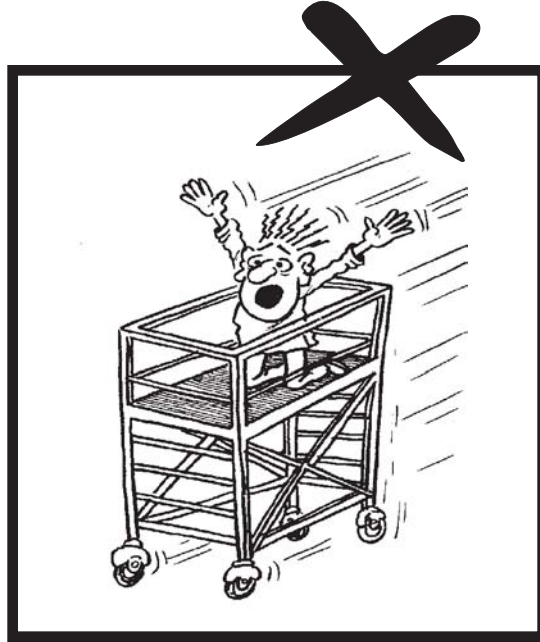


سیڑھیوں کی نقل و حمل کے دوران ارد گرد سے گزرنے والے افراد کی حفاظت کا خیال رکھیں۔



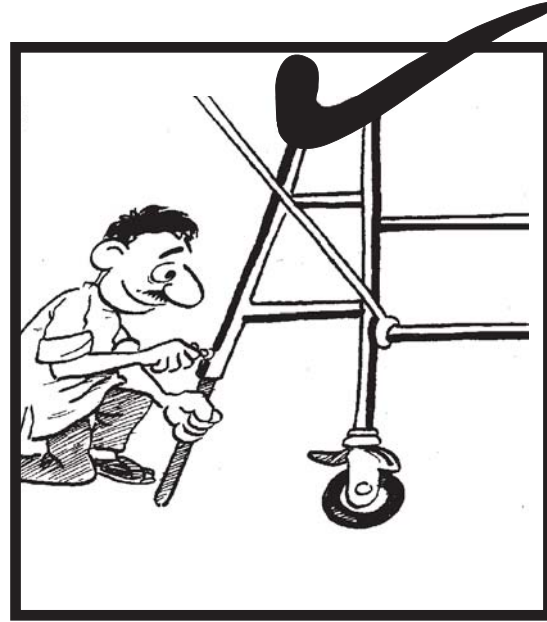
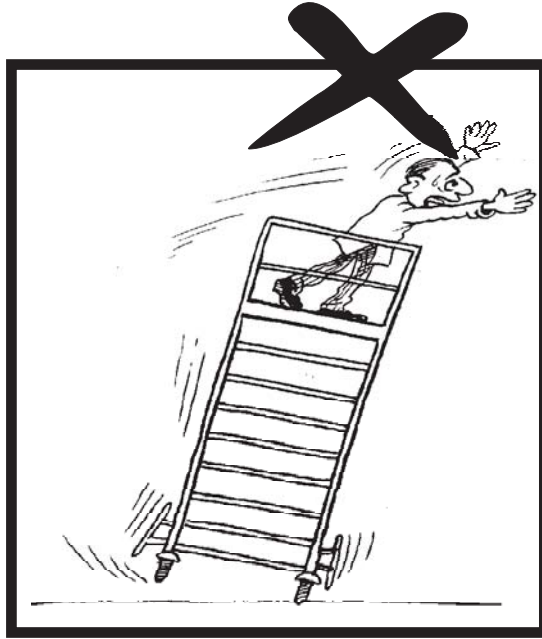


بچانوں کی نقل و حمل کے وقت ان کے اوپر سوار نہ ہوں بلکہ ان کی نقل و حمل میں مدد کریں۔



21

متحرک چپانوں کے استعمال سے نقل ان کے پہیوں کو جامد کریں۔

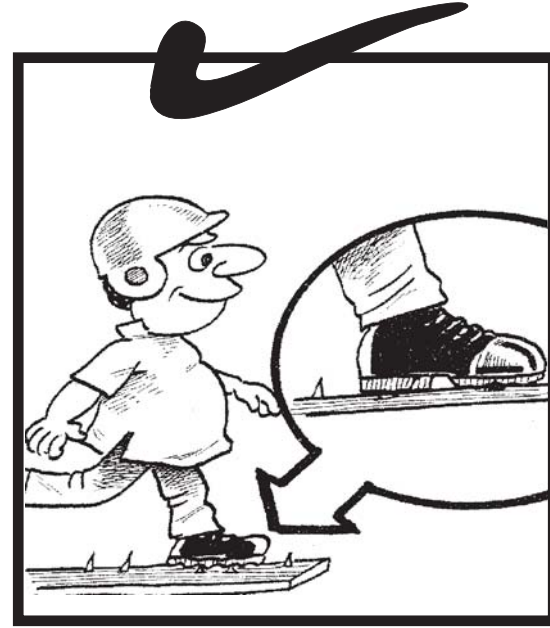


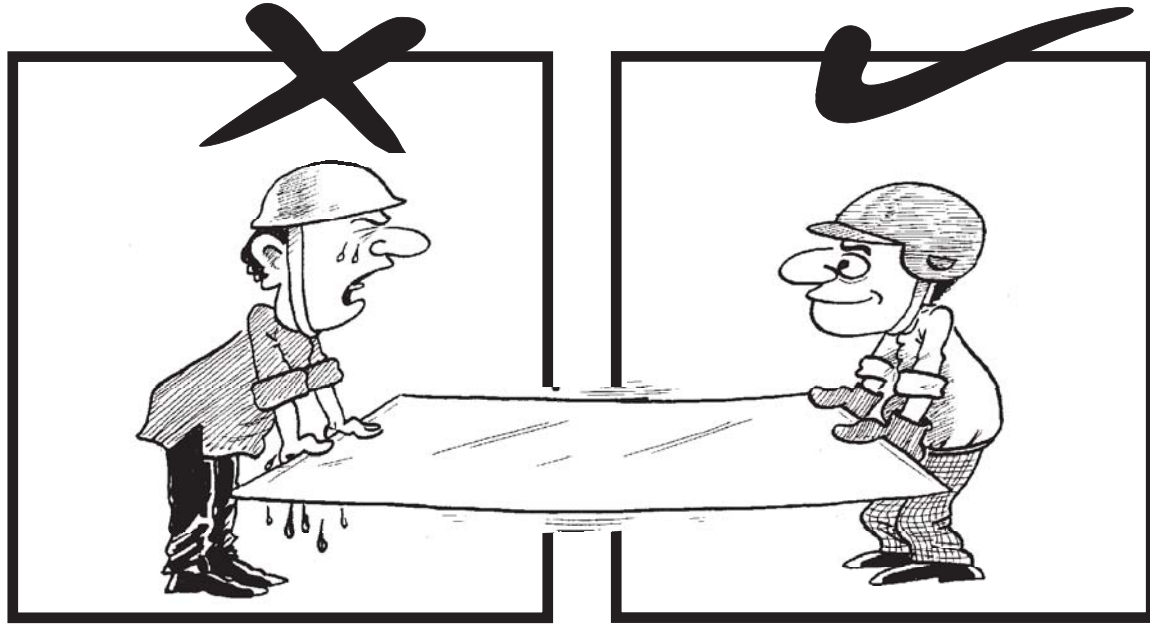
متحرک بیڈھیوں کے استعمال سے قبل ان کو ایک جگہ جامد کریں۔





اشیاء کو ایک دوسرے کے اوپر ترتیب سے رکھیں تاکہ گرنے کا احتمال نہ ہو۔



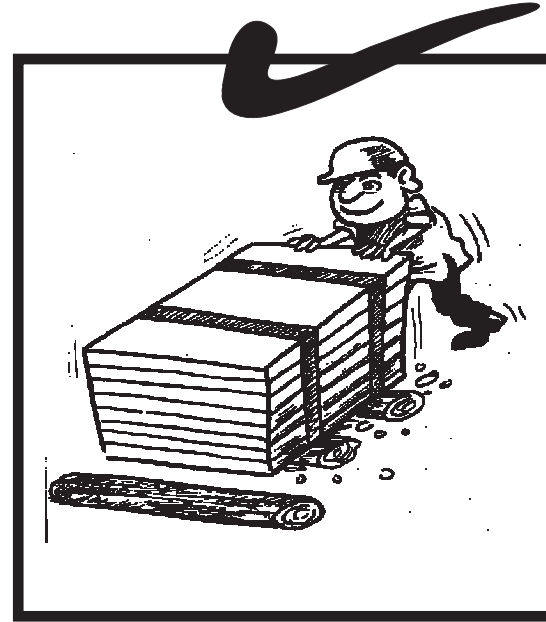
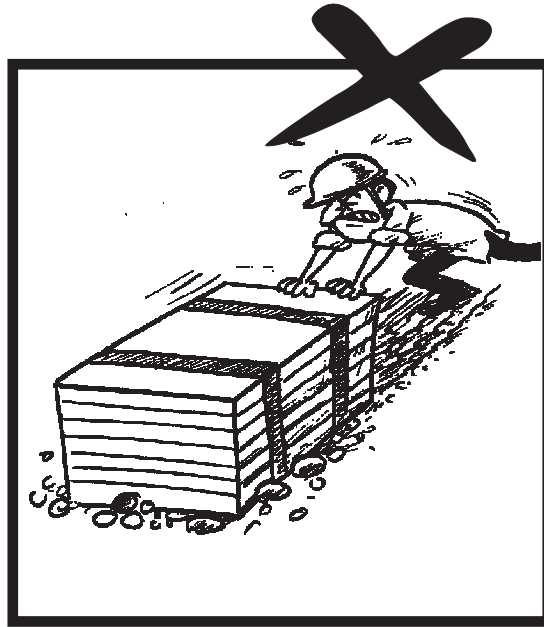


تیز دھارا شیاہ کو اٹھاتے وقت حفاظتی دستا نے استعمال کریں۔



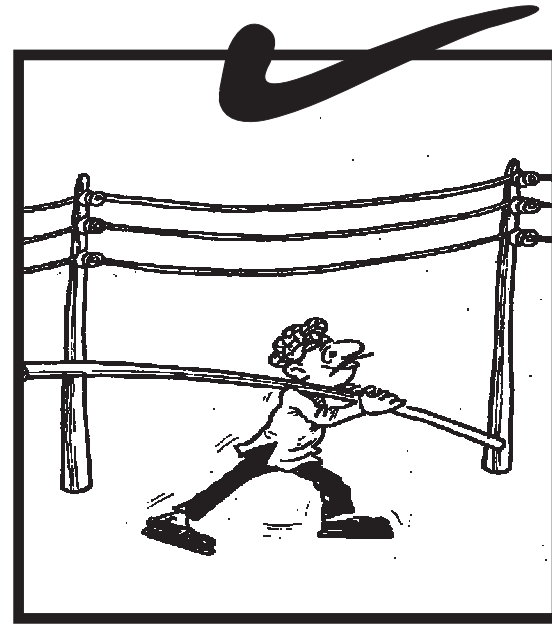
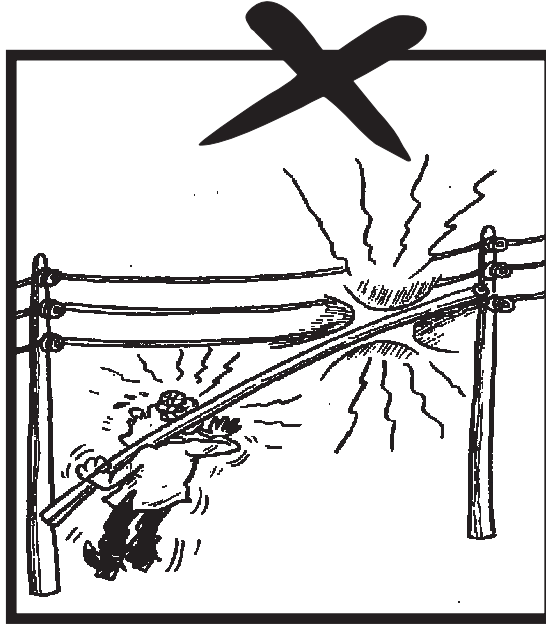
27

تغییرات کی جگہوں پر پاؤں کی حفاظت کے لئے حفاظتی جوتے استعمال کریں۔



بھاری وزن کو دھکیلتے وقت میرا گلی طریقے استعمال کریں۔





بکلی کے تاروں کے نیچے سے اشیاء کو گزارتے وقت خیال رکھیں کہ یہ ان کے ساتھ نہ لگرا جائیں۔



31

کام کی جگہ پر بکھری ہوئی اشیاء کو اٹھا کر مناسب جگہ سٹور کر دیں تاکہ ان کی وجہ سے حادثات نہ ہوں۔



تختوں کو اکھاڑ کر ذخیرہ کرنے سے پہلے ان میں سے کیل اور میٹھیں اکھاڑ دیں۔



33

بکھری ہوئی اشیاء کو اٹھا کر گہرے پینڈے والے برتنوں میں رکھیں۔



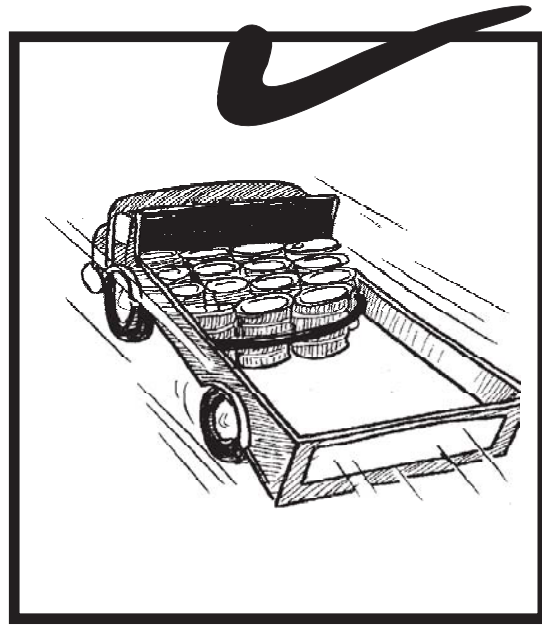
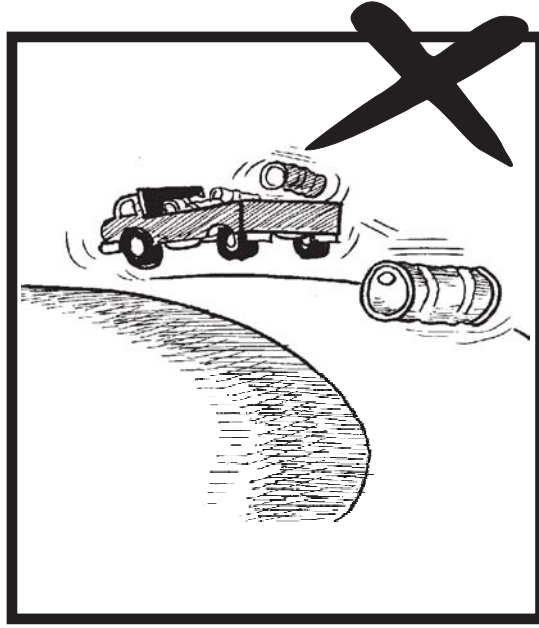
وزن اٹھانے والی ہکوں (Hooks) کو مضبوط ہونا چاہیے۔



کھلے گڑھوں اور سوراخوں کے گرد حفاظتی جھنگے لگائیں۔

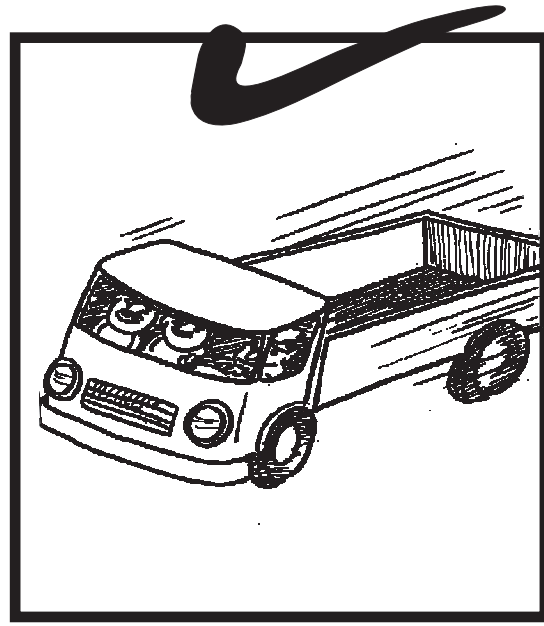


کھلے گڑھوں اور سوراخوں کے گرد حفاظتی جگے لگائیں۔

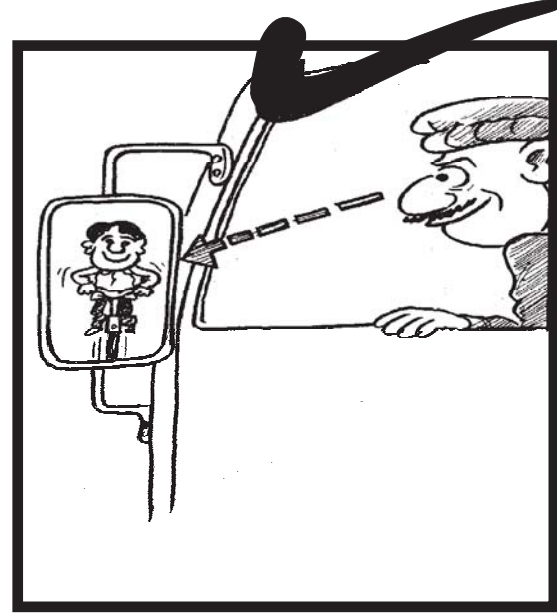


37

کیمیکلوں کی نقل و حمل کے دوران ڈرموں وغیرہ کو مضبوطی سے باندھ کر رکھیں۔



گاڑیوں کے پیچھے کھلے حصوں پر کھڑے ہو کر سفر کرنے سے پرہیز کریں۔

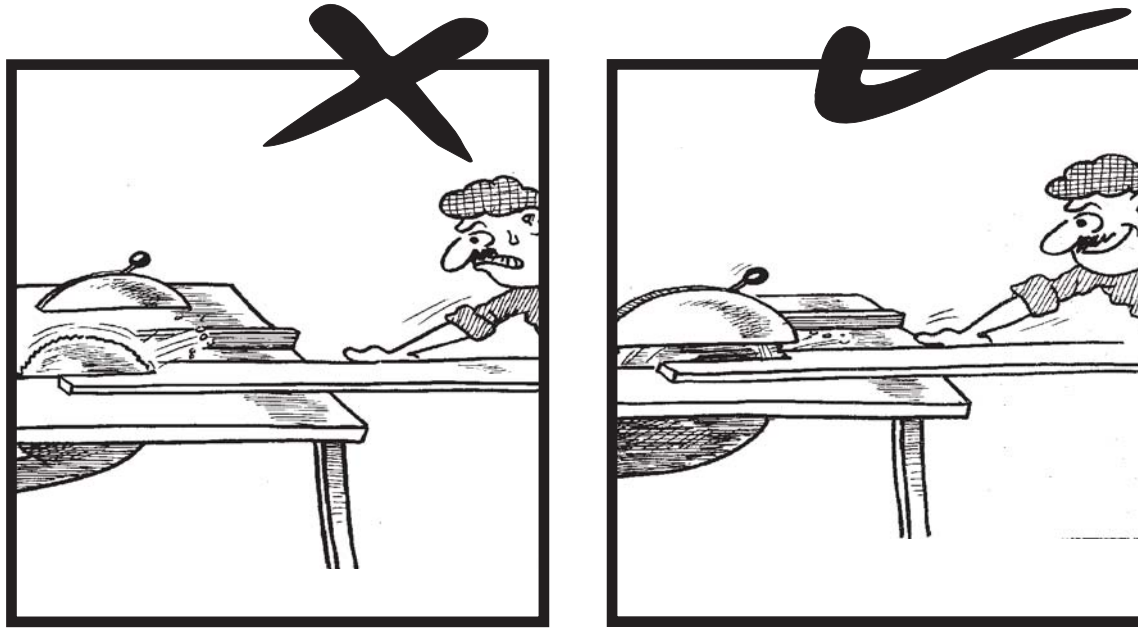


39

گاڑی کا دروازہ کھولنے سے پہلے آئینے میں پیچھے سے آنے والے لوگوں اور گاڑیوں کو دیکھ لیں۔

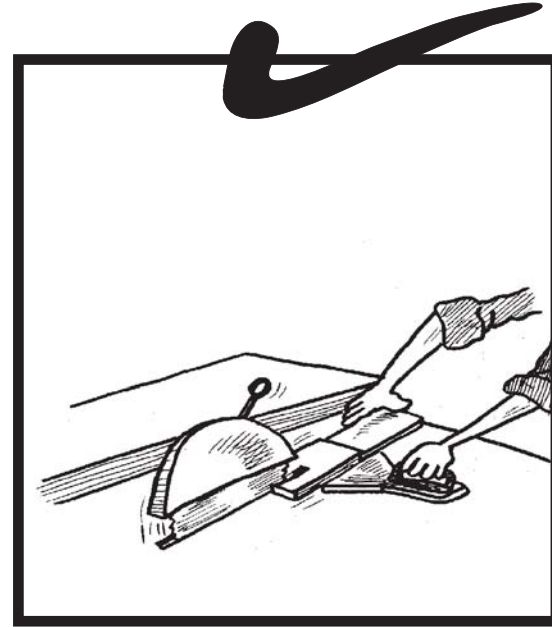


گاڑی اور مشینری کو پیچھے کرتے وقت پیچھے سے گزرنے اور کام کرنے والوں لوگوں کو ہٹادیں۔



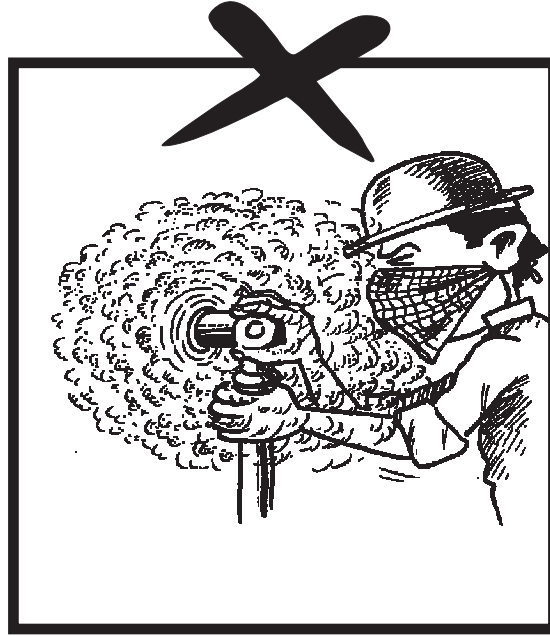
41

چیز دھارا اور متحرک آلات کے اوپر سے گارڈ کو ہرگز نہ ہٹائیں۔



کلوی کے چھوٹے ٹکڑوں کو کاٹتے ہوئے ان کو سہارا دے کر آگے کریں اور ہاتھوں کو مشینوں کی زد میں آنے سے محفوظ رکھیں۔



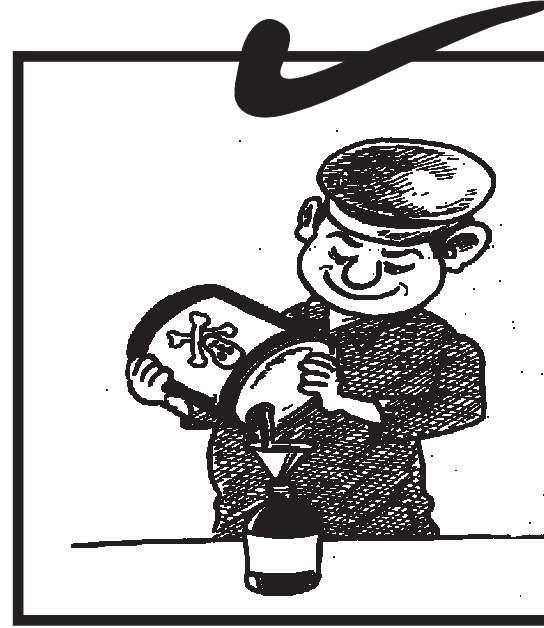


گرد سے پیدا ہونے والی بیماریوں سے بچنے کے لئے صحیح قسم کے آلات محض استعمال کریں۔



45

اڑنے والے ذرات کو آنکھوں میں جانے سے بچانے کے لئے حفاظتی عینک استعمال کریں۔

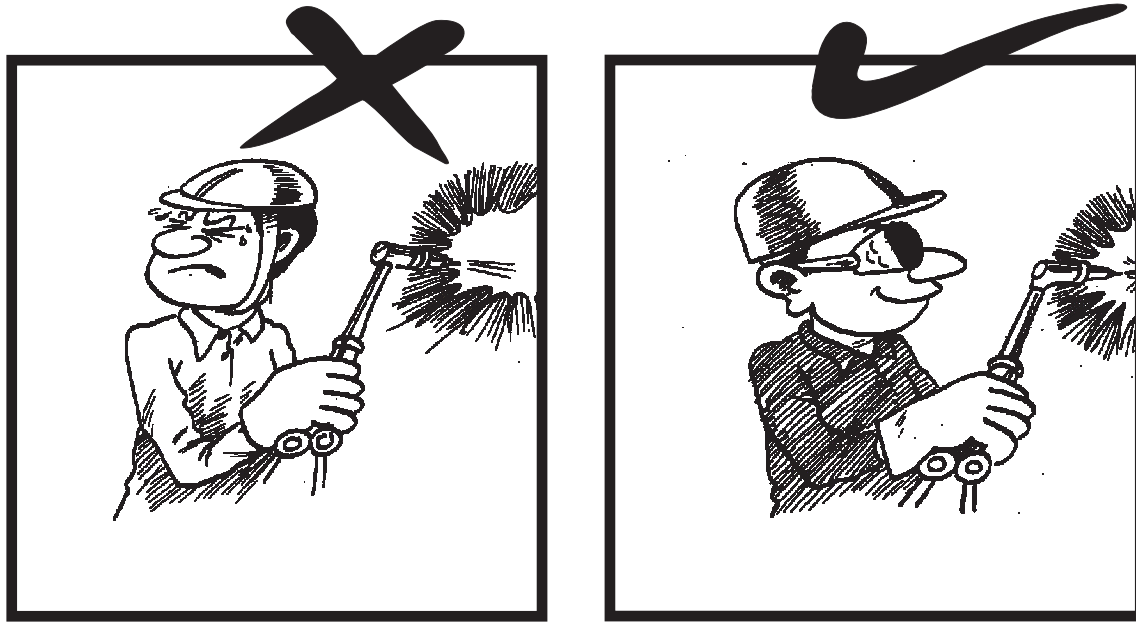


خطرناک مادوں کو اٹھ پلینے وقت پوری توجہ سے کام کریں۔



47

آتش گیر مادوں کے قریب سگریٹ نوشی نہ کریں۔

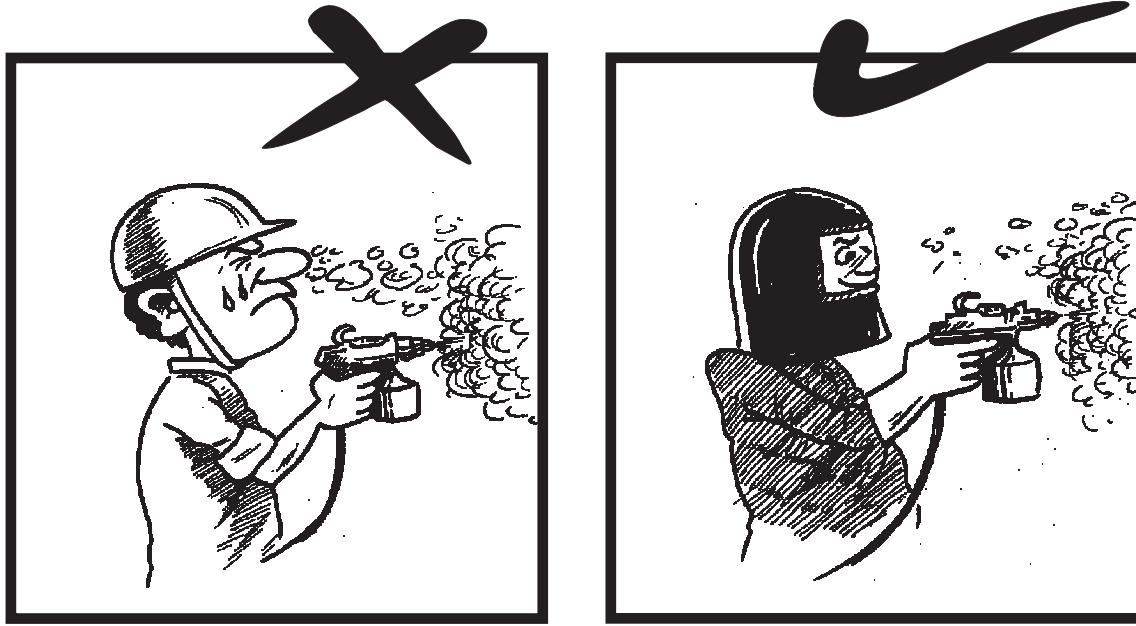


ویلزنگ کے دوران حفاظتی عینک استعمال کریں۔



49

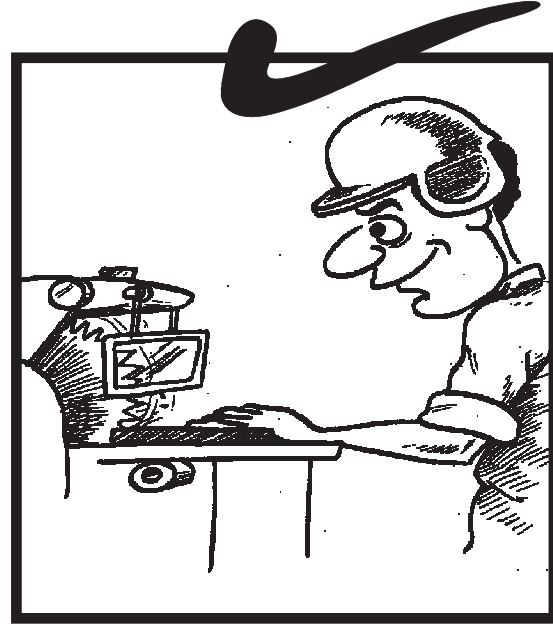
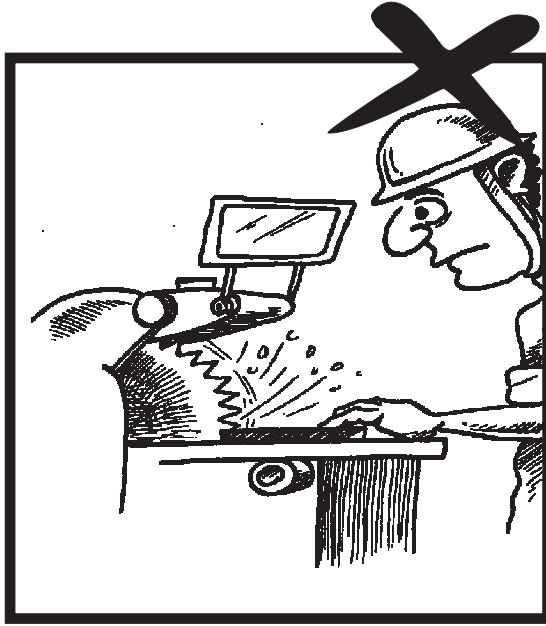
شور والی جگہ پر سماعت کے تحفظ کے آلات استعمال کریں۔



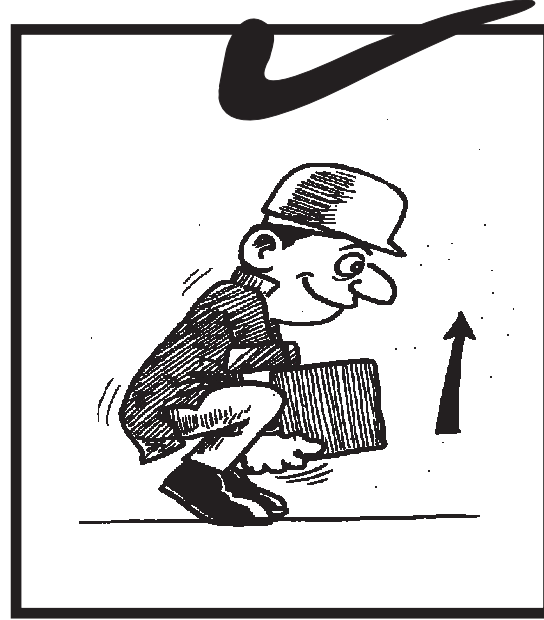
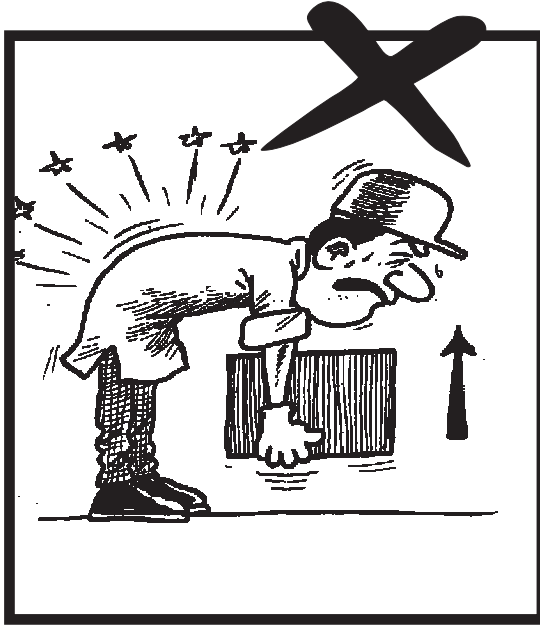
پہرے کرتے وقت تنفس کے حفاظتی آلات استعمال کریں۔



نو کیلے اوزاروں کو بغیر دستے کے استعمال نہ کریں۔



مشینری کے گارڈز کو ان کی جگہ سے نہ ہٹائیں۔



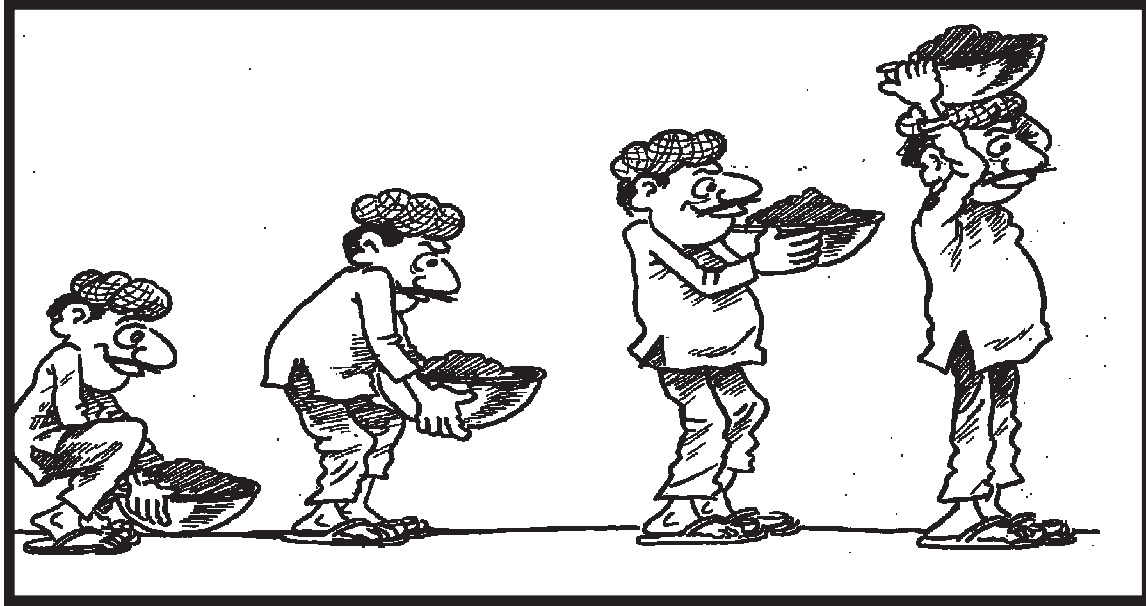
وزن اٹھاتے وقت کمر پر بوجھ نہ ڈالیں۔



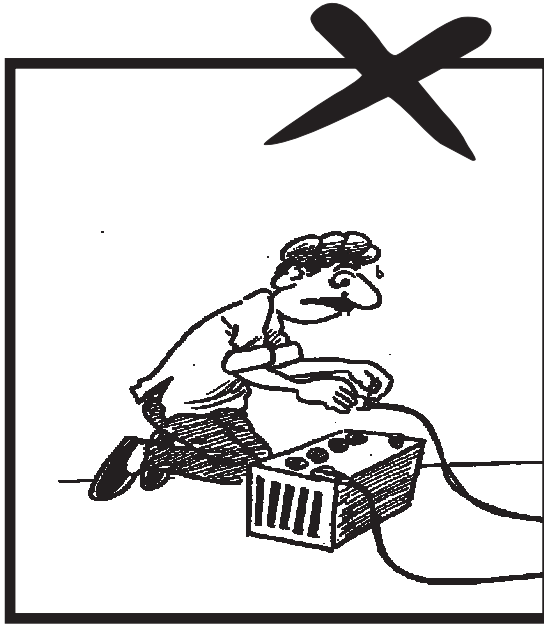
بچے کے استعمال کے دوران کمر سیدھی رکھیں۔



وزن اٹھاتے وقت کمر سیدھی رکھیں۔ اور وزن کو سر کا کراس پر مضبوط گرفت حاصل کریں۔

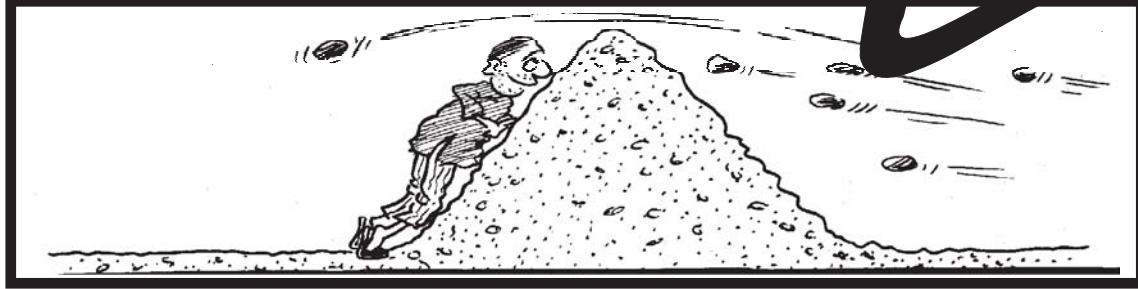
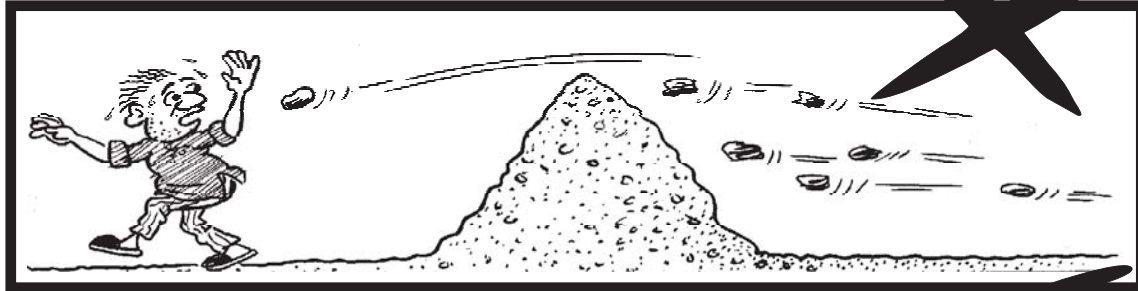


وزن اٹھانے کا صحیح طریقہ (کمر کی بجائے ٹانگوں کے پٹھوں کی طاقت استعمال کریں۔)



57

دھا کر کے لئے آلات اور تاروں کو اچھی حالت میں رکھیں نئی تاروں والے کنکشن ہرگز استعمال نہ کریں۔



دھماکے کے دوران کھلے میدان میں ہرگز نہ کھڑے ہوں۔ بلکہ کسی عمارت یا رکاوٹ کے پیچھے ہو جائیں۔

مزید معلومات اور مشاورت کیلئے

A Publication of: ©
Centre for the Improvement of Working Conditions &
Environment, Government of the Punjab
Township, (Near Chandni Chowk) Lahore.
Tel: (042)99262145, Fax: (042)99262146
e-mail: awosh@brain.net.pk
website: <http://www.ciwce.org.pk/>

